

p.2 • Dunkerque soucieuse de ses aînés

Jeu concours : les enfants de Jean Bart au balcon de l'hôtel de ville. p.4-5 • Agenda des séniors

Toutes les activités pour vous, près de chez vous.

p.8 • Divertissement

Mer, mets et musique : les 3 M de Jean-François Fuchet.





Dunkerque soucieuse de ses aînés

Les séniors au balcon!

Vous souhaitez participer en VIP au traditionnel jet de harengs depuis le balcon de l'Hôtel de ville?

Il suffit de participer au jeu-concours en renvoyant le bulletin de participation ci-contre au CCAS. Peut-être aurez-vous la chance d'embrasser du regard l'immense foule joyeuse des carnavaleux et de lancer quelques harengs, si précieux et tant convoités ?

5 pass valables pour 2 personnes sont mis en jeu pour monter au balcon le dimanche 23 février 2020 et ainsi admirer la bande de Dunkerque en hauteur.

Renvoyer votre bulletin de participation avant **le 31 janvier 2020** à l'adresse ci-dessous. Un tirage au sort désignera les heureux gagnants.

Attention! Pour chaque pass de 2 personnes, au moins une personne devra avoir 60 ans ou plus.



Pour déposer votre candidature :

O CCAS de Dunkerque 10 rue de la Maurienne 59140 Dunkerque

ccas@ville-dunkerque.fr

JEUCONCOURS ENFANTS DE JEAN BART JET DE HARENGS 2020

Nom :
Prénom :
Date de naissance :
Téléphone :
Courriel (facultatif):
Adresse postale :

Les informations recueillies au moyen du présent formulaire font l'objet d'un traitement destiné exclusivement à la participation au jeu concours « Enfants de Jean Bart – jet de harengs 2020 » Les informations personnelles portées sur ce formulaire sont traitées par le Centre communal d'action social (Audrey Misikowski - 03 28 58 74 86) pour réaliser le tirage au sort de ce jeu. Vos informations personnelles sont conservées uniquement jusqu'au tirage au sort. Elles ne seront ni vendues. Conformément à la loi « informatique et libertés » et au Règlement européen, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification et d'effacement de vos données. Vous pouvez exercer ces droits auprès du CCAS, 10 rue de la Maurienne, 59140 Dunkerque (Audrey Misikowski) ou du Délégué à la protection des données de la Ville de Dunkerque à protection. donnees@cud.fr. Pour toute information complémentaire, rendezvous sur waw.coil fr

Le «Pastachou», une recette de la mer



Parce que, comme toute sa famille, il a de l'eau de mer dans les veines, Alain Fournier a voué sa vie à la mer du Nord et à sa ville.

Après 34 ans à bord des remorqueurs, Alain Fournier a terminé sa carrière comme officier-mécanicien. Des jours et des nuits à naviguer pour accompagner les navires entrant dans le port de Dunkerque.

Pour ces années en mer, il a pu compter sur l'indispensable matelot-cuisinier qui préparait les plats pour « tenir contre le vent ». Parmi ses plats

favoris et emblématiques, il garde en mémoire une célèbre recette-maison : le « Pastachou » qui a été inventée dans les années 50 par Léon Whithead, un cuisiner de Grand-Fort-Philippe.

Aujourd'hui à la retraite, Alain poursuit son œuvre solidaire : il est toujours à l'écoute et s'investit partout où il le peut, notamment en faveur de ses anciens collègues.

Le Pastachou : Des boulettes de viande de porc et de veau mêlée, du saucisson à l'ail, un talon de jambon, des oignons, du vin blanc, du poivron et de la sauce tomate. Le tout est servi avec des spaghettis ! Une recette telle que les marins et les nordistes peuvent en créer, faite de restes des repas précédents et de l'envie de partager un bon moment.

Deux chefs au top!

Pour Jean-François Mangano et Joël Cochin, la cuisine pour les habitants de la résidence autonomie Matthys de Petite-Synthe rime avec qualité des produits et convivialité!

Dans une ambiance sympathique, pleine d'attention et de chaleur, toute l'équipe de la résidence se mobilise pour proposer une alimentation variée et soignée. Laurence Bemowski qui dirige l'établissement veille, avec le personnel de cuisine et la société d'approvisionnement en denrées, à la qualité nutritionnelle.

Souvent, les personnes prenant résidence chez nous présentent des signes de malnutrition. En plus de les aider à retisser le lien social, nous nous efforçons de pallier ces carences. Et en s'engageant dans le programme « *Ici on mange local !* », la résidence accentue encore la qualité de ses prestations. L'utilisation accrue de produits locaux, issus de circuits courts, représente un véritable atout pour les résidents et leur santé. Comme le soulignent les deux chefs, Jean-François Mangano et Joël Cochin, l'usage d'aliments sains et la maitrise des cuissons sont des gages de plaisir gustatif et de convivialité.

D'autant plus que les convives peuvent donner leur avis sur les menus proposés ou faire part de leurs remarques. Le menu et ses bons petits plats deviennent ainsi des sujets de conversation entre les résidents et avec le personnel. Pas de doute, les deux cuisiniers sont vraiment aux petits soins pour leurs pensionnaires. La preuve : des plats de remplacement peuvent même être proposés en cas d'intolérance, presque à la carte!



Dunkerque soucieuse de ses aînés

Les Restos du cœur recherchent des bénévoles

La collecte nationale des restos du cœur aura lieu du 7 au 9 mars 2020.

Avant cela, elle demandera une préparation de plusieurs mois. De la prospection des magasins à la prévision des moyens logistiques nécessaires en passant par la communication, le recrutement et le partenariat, les bénévoles seront précieux.

Les enfants de Jean Bart volontaires pour donner un peu de leur temps aux Restos peuvent s'inscrire directement sur la plateforme jusqu'au 10 mars:



⊕ www.jagispourdunkerque.fr
⋈ ad59c.communication@restosducoeur.org

La Timonerie: un espace de partage culinaire

À la maison de quartier de la Timonerie, au cœur du quartier du Grand Large, ils sont plusieurs à partager leur temps pour préparer de bons petits plats.



Tous les jeudis, ils sont autour d'Arnaud Huret, animateur de l'Aduges, et s'activent dans la bonne humeur au fourneau, au fouet et à la casserole.

Pour eux, la cuisine est le prétexte à la convivialité. A l'image d'Isabelle Amoureux qui est arrivée à Dunkerque en 2004. Cette infirmière en retraite salue l'accueil exceptionnel des Dunkerquois et l'énergie qu'elle a perçue dans le tissu associatif. Elle se prête au jeu de la cuisine en amateur et en collectif, tant pour le plaisir des papilles que pour les rires qui jalonnent la réalisation des plats.

J'adore faire la cuisine pour moi et pour les autres, c'est un vrai

Alors, Isabelle offre des pommes, les passe et les transforme. Ainsi, pour elle, le sourire et le bonheur sont plus que des mots mais restent aussi simples qu'un bon repas!

bonheur de créer du lien!

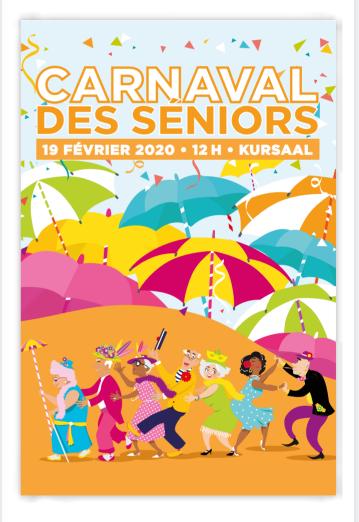
Si vous souhaitez les rejoindre...

À VOS CLET'CHES POUR LE CARNAVAL DES SÉNIORS!

Retenez la date du 19 février de 12h à 18h au Kursaal pour rejoindre, dans un esprit convivial, les 700 convives qui ont été conquis l'an dernier.

Pour les plus de 55 ans, ce sera LA fête de la saison carnavalesque.

L'association les P'tits Louis et le CCAS se sont alliés pour vous proposer un après-midi musical, festif et gastronomique. Aux sons des fifres et des tambours, sous la direction du tambour-major, vous serez entrainés dans la magie intemporelle du carnaval de Dunkerque.



Questions pratiques

- Vous n'avez pas de déguisement?
 Pas d'inquiétude, vous en trouverez à petit prix à l'entrée du bal grâce à l'atelier couture du CCAS.
- Que dégusterez-vous ? Le menu concocté par le CCAS pour ce repas de carnaval est à découvrir en page 4.
- Comment vous inscrire ?

 Rendez-vous entre 27 et le 31 janvier au CCAS, 10 rue de la Maurienne à Dunkerque, muni d'un justificatif de domicile récent.

Janvier

Mercredi 8 de 14h à 17h

• GALETTE DES ROIS

Venez déguster la galette et passer un agréable moment.

Maison de quartier de la Tente Verte

Jeudi 16 de 14h30 à 16h30

ART FLORAL

GRATUIT

GRATUIT

GRATUIT

GRATUIT

GRATUIT

Même au cœur de l'hiver, créons de belles compositions. Maison d'animation séniors de Malo

Jeudi 23 de 14h à 17h

• DÉCOUVRONS LES ARCHIVES **MUNICIPALES ET VISITONS** L'ÉGLISE ST ELOI

Partez à la découverte des archives et de l'église St Eloi en découvrant son histoire.

Rendez-vous à 13h 45 à la Halle aux sucres



Vendredi 24 de 14h à 17h

LOTO

Jouons! Un moment festif à partager! Maison d'animation séniors de Malo

Vendredi 24 de 14h à 16h

 ATELIERS CRÉATION AVEC LE MUSÉE DU LAAC

Vous êtes créatifs, vous aimez l'art ? Ces ateliers sont faits pour vous, ils vous permettront de découvrir les œuvres du musée du LAAC et de réaliser des créations artistiques en lien avec les expositions.

3 autres rencontres les 14 février, 20 mars et 10 avril.

Musée du LAAC

Mardi 28 de 12h à 14h

• LES MARDIS DU BATEAU FEU

Rencontre et discussion avec les artistes de la saison.

5 € le repas ou repas libre en achetant une boisson sur place.

3 autres rendez-vous les 11 février et 7 avril.

Rendez-vous dans le hall du Bateau Feu

Fevrier

Vendredi 7 de 14h30 à 16h30

KARAOKE années 80

GRATUIT

Venez chanter et vous amuser sur les musiques entrainantes des années 80!

Résidence le Rivage

Mercredi 12 de 14h à 17h

GRATUIT

11€ non imposable,

21€ imposable,

CARNAVAL INTERGENERATIONNEL

Mettez votre plus beau clèt'che et venez faire la bande avec les habitants et les enfants.

Maison de quartier de la Tente Verte

Mercredi 19 à 12h

CARNAVAL DES SENIORS

Au menu : Médaillon de sole 33€ Hors CUD, aux petits légumes sauce PASS'SÉNIOR safranée, suprême de volaille à la crème et champignons, assiette de fromage, beurre et salade mélangée, Paris Brest, café. Boissons comprises

KURSAAL

Jeudi 20 de 14h30 à 16h30

ART FLORAL

12€

Les fleurs aussi préparent le carnaval! Maison d'animations séniors de la Tente verte

Pour vous inscrire

- POUR LES ACTIVITÉS TOUS LES JOURS, PRÈS DE CHEZ VOUS : loto et repas à thème, inscription en maisons d'animations séniors la première semaine du mois.
- POUR LE THÉ DANSANT : inscription du 3 au 7 février dans les maisons d'animations séniors.
- POUR LE VOYAGE DECOUVERTE DU 24 MARS : Inscription au CCAS, 10 rue de la Maurienne du lundi 10 au jeudi 13 février 2020, de 9h00-11h30 et de 14h00-16h30. Si vous êtes absent au période d'inscription un proche peut vous inscrire muni d'une copie de la pièce d'identité ainsi que la feuille de non-imposition 2019 sur les revenus 2018. Tarif variable selon les revenus. Le prix comprend le transport, les visites et le repas. Contact : Hélène Delbart-Denèle 03.28.58.93.89 / 03.28.58.87.10.

PASS'SÉNIOR Cette mention signifie que vous pouvez utiliser votre chéquier « Passeport Seniors » pour régler le prix des animations signalées.

Tous les jours, près de chez vous

Maison d'animation séniors **Dunkerque Centre**

Rue du Maréchal French 03 28 21 14 59

Balade urbaine

le mardi de 13h30 à 17h30 Atelier mémoire

le mercredi 9h30 à 11h30

Balade canine

chaque dernier jeudi du mois

Récup'art

le vendredi de 14h à 16h30

Maison d'animation Rosendaël-Tente Verte

Salle Lucette Seunes, rue B.Palissy 03 28 29 02 55

Créa séniors

le lundi de 14h à 16h

Atelier mémoire Le mercredi de 14h30 à 16h30

Créa séniors

Le jeudi 9h à 11h30

Maison d'animation séniors Malo-les-Bains

54, rue du Général Hoche 03 28 69 45 81

Atelier mémoire

le lundi de 14h30 à 16h30

Atelier tricot le mardi de 14h à 16h30

La généalogie à la portée de tous NOUVEAU

le jeudi de 14h à 16h30

Gym douce PAYANT PASS'SÉNIOR le vendredi de 9h à 10h

Résidence **Bournonville**

132, rue Félix Coquelle 03 59 75 59 59

Atelier mémoire le lundi de 9h30 à 11h30

Danse en ligne NOUVEAU

le mardi de 14h à 16h30

Résidence autonomie **Louis Matthys** 19, rue Jacques-Pitillon

03 28 24 10 03 Atelier mémoire

le ieudi de 9h30 à 11h30

Résidence Le Rivage 131, rue Gustave Degans

03 28 64 78 82

Atelier Récup'Art le lundi de 9h30 à 12h00

Atelier potager ou décoration d'objets pour le jardin le lundi 2 fois par mois de 14h de 16h30

Gym Séniors PAYANT PASS'SÉN le mardi de 9h à 10h

Atelier récup'art

le ieudi de 9h30 à 12h00

Atelier Arts plastiques le ieudi de 14h à 16h30

Mars

Mercredi 4 de 14h à 17h

GRATUIT

• FETE DES GRANDS-MERES

Maxi 12 personnes

Avec les enfants, venez pâtisser et déguster vos gâteaux.

Maison de quartier de la Tente Verte

Vendredi 6 de 14h à 18h

GRATUIT minimum vieillesse,

THÉ DANSANT

5€ non imposable,

Venez passer un moment festif et convivial. Maison d'animation séniors de Malo

8€ imposable,

PASS'SÉNIOR

Jeudi 19 de 14h30 à 16h30

ART FLORAL

PASS'SÉNIOR

Le printemps arrive, les fleurs nous apportent de la gaieté. Maison d'animation séniors de Dunkerque centre

Vendredi 20 de 14h à 16h30

GRATUIT

• DICTÉE INTERGÉNÉRATIONNELLE

Venez partager un moment convivial avec les enfants de l'école de la porte d'eau.

Maison d'animation séniors de DUNKERQUE centre

Mardi 24 mars

• LES ARTISTES VOUS INVITENT

9€ , 35€ , 55€ (selon ressources)

PASS'SÉNIOR



À la découverte de la Villa Cavrois de

l'architecte Mallet-Stevens des années 30. Classée monument historique en 1990, ce bijou d'architecture est à découvrir dans son écrin de verdure. Midi : Déieuner au restaurant. Visite guidée du Musée de la piscine de Roubaix l'après-midi.

Pour vous inscrire

SENIORS 2.0 / INFORMATIQUE :

- Pour la session du **9 mars au 10 avril** inscription au CCAS et en Maison de quartier du 24 au 28 février
- Pour la session du **27 avril au 05 juin** inscription au CCAS et en Maison de quartier du 20 au 24 avril
- Pour la session du 4 mai au 12 juin inscription au CCAS et en Maison de quartier du 27 au 30 avril
- 6 séances gratuites pour les Dunkerquois de plus de 60 ans sur présentation d'une pièce d'identité et d'un justificatif de domicile.

GYM ADAPTÉE :

- Dans les maisons de quartier et dans les maisons d'animation seniors de Dunkerque-centre et Malo.

Avril

Lundi 6 de 14h30 à 16h30

GRATUIT

GRANDS ET PETITS: CRÉONS ENSEMBLE

Venez confectionner une cocotte avec les petits du Multi accueil. Résidence le Rivage

Mercredi 8 de 14h à 17h

GRATUIT

• VISITE DES COULISSES DU

Maxi 15 personnes

BATEAU FEU

Venez découvrir avec les enfants, l'envers du décor du célèbre théâtre. Rendez-vous à la Maison de quartier de la Tente Verte pour le départ.

Jeudi 9 de 14h30 à 16h30

ART FLORAL

Préparons les fêtes de Pâques.

Maisons d'animation séniors de Malo

Mercredi 22 de 9h à 17h

GRATUIT

RALLYE PHOTO

Découvrons les quartiers du centre au Grand Large avec les enfants de la Maison de quartier de la Timonerie.

Départ de la Résidence du Rivage. Prévoir le pique-nique

Jeudi 23 de 14h à 17h

GRATUIT

• SUR LES TRACES DE JEAN BART

Maxi 20 personnes



Découvrons la vie du corsaire et les lieux historiques qui le font revivre.

Rendez-vous à 14h au pied du beffroi

Vendredi 24 de 15h à 17h

GRATUIT Maxi 25 personnes

GRANDS ET PETITS:

VISITONS LE MUSÉE DU LAAC

Un jeu de piste à partager avec vos petits-enfants au musée du LAAC. Enfants à partir de 5 ans.

Musée du LAAC

Mercredi 29 à 12h

• REPAS A THÈME: ÉTAPE GOURMANDE

Apéritif, fondant de lieu et sa sauce acidulée, blanquette de veau, assiette de fromage et salade, craquant aux deux chocolats. Boissons comprises

Salle de la Concorde

Tous les jours, près de chez vous

Gym adaptée

le lundi de 9h à 10h

6 SÉANCES D'INITIATION GRATUITES

Maison de quartier Carré de la vieille le vendredi de 10h30 à 11h30 Maison de quartier du Pont Loby

le lundi de 10h30 à 11h30 Maison de quartier du Méridien le ieudi de 16h30 à 17h30 Maison de quartier du Banc Vert

 Initiation tablette Maison d'animation séniors - Malo

le mercredi de 9h30 à 11h30 et de 14h30 à 16h30

6 SÉANCES D'INITIATION GRATUITES

Seniors 2.0 Connectez-vous!

Maison de quartier Soubise le jeudi de 14h15 à 16h15

Pour les débutants

Maison d'animation séniors - Malo mardi de 9h30 à 11h30

Maison d'animation séniors - Malo le mardi de 14h15 à 16h15

Maison de quartier Pont Loby le lundi de 9h30 à 11h30

Maison de quartier Jeu de mail le lundi de 14h15 à 16h15 Maison de quartier Tente verte

Agenda des animations

le jeudi de 9h30 à 11h30

Avec le concours de la conférence des financeurs

ccas Mulkerque

Renseignements et inscriptions dans chaque maison de quartier.
Chaque vendredi matin (9h-12h), venez rencontrer l'animatrice informatique au CCAS (10 rue de la Maurienne) pour évaluer votre niveau et vous inscrire pour les cours en maisons d'animation seniors.
Prêt d'ordinateur et de tablette sur demande.

duges

Mon voyage? Que du bonheur!

Nadine Dewagemaeker habite les Glacis et, depuis 3 ans, elle est prise d'une irrépressible envie de voyage où

l'on rit, se détend et où l'on mange bien.



Il faut dire qu'elle a goûté au programme concocté chaque année par le CCAS avec l'ANCV, afin que chacun puisse partir en vacances. L'an passé, Nadine est partie à Carcans en Gironde.

Je n'avais pas de gros moyens et mes enfants m'ont offert ce cadeau

Pour cette ancienne auxiliaire de vie qui s'investit beaucoup dans la vie sociale de son quartier, la semaine passée en toute confiance avec les accompagnatrices a été un bain de jouvence.

Je me suis reposée ; le logement était agréable et confortable ; nous étions bien ensemble

Si, comme Nadine, vous aimez la convivialité, les découvertes et les ambiances propices au repos, consultez le programme des voyages du CCAS. Ils sont accessibles sans condition de ressources.

Séniors en vacances 2020

Envie ou besoin de vacances, de dépaysement et de bons moments à partager? Le CCAS vous propose plusieurs séjours aux tarifs adaptés à vos ressources, en partenariat avec l'Agence Nationale des Chèques Vacances.

Si vous avez plus de 60 ans, retraité ou sans activité professionnelle et si vous résidez à Dunkerque, vous pouvez participer à l'un des quatre séjours de 8 jours / 7 nuits organisé en juin, septembre ou décembre.

Du 6 au 13 juin

Saint Clément des Baleines sur l'Île de Ré
Un séjour plein de charme sur une ile magnifique où alterneront
des excursions en pleine nature ou dans des villages
pittoresques. Une destination qui regorge de ressources
gustatives avec ses produits de la mer ou son vignoble réputé.

www.odesia-vacances.com/fr/nouvelle-aquitaine/villagevacances-du-phare

• Du 26 septembre au 3 octobre

La Saulaie à Chédigny en Val de Loire

Une vie de château pendant quelques jours dans la douceur de la Touraine.

Entre les ruelles de villages médiévaux et les monuments de villes prestigieuses comme Amboise, Loches ou Chédigny, vous pourrez découvrir les trésors naturels ou historiques de la région.

www.lasaulaie.fr

• Du 27 septembre au 4 octobre

Les Becchi à Samoëns en Haute-Savoie

Pour s'oxygéner près des cimes entre Chamonix et le lac d'Annecy, un hébergement en cœur de village très agréable. Un voyage en altitude pour profiter de tous les bonnes adresses de la montagne. Visites guidées, croisière, dégustations et soirées animées au programme!

www.aec-vacances.com/fr/individuels/destinations/ samoens.html

• Du 5 au 12 décembre

Le Mongade dans les Vosges

Entre Vosges et Alsace, entre montagnes et vignobles, partez à la découverte de Gérardmer, Sélestat et Colmar. Bien entendu, ambiance traditionnelle de Noël et dégustations œnologiques seront aussi au programme.

www.mongade.popinns.com



Des tarifs adaptés selon vos revenus

• Personne au minimum vieillesse : 240€

Non imposable : 310€Imposable : 545€

Ces prix comprennent l'hébergement en chambre double, la pension complète, les animations, l'accompagnement pendant les excursions, le transport aller-retour et sur place, le ménage de la chambre à l'arrivée et au départ, l'assurance rapatriement et la taxe de séjour. Attention, les activités peuvent être modifiées par l'organisateur selon les dates.

Pour vous inscrire:

Dès le 6 janvier, le dossier de pré-inscription sera disponible au CCAS, 10 rue de la Maurienne. Il devra être déposé avant le 14 février afin d'être étudié par la commission d'attribution.

Lecture

Ils ont ouvert leur gamelle...



À l'occasion de l'exposition Gigantisme au FRAC, les ouvriers des Chantiers de France ont creusé leur mémoire et livré les recettes qui les nourrissaient au quotidien lorsqu'ils étaient sur le chantier dans les années 80.

Durant l'exposition, le LAAC a en effet accueilli les anciens ouvriers sur la pause méridienne. Il s'agissait de collecter auprès d'eux des souvenirs culinaires. Celles-ci ont été compilées dans un livre intitulé « La gamelle » retraçant avec sensibilité la petite histoire des anciens des chantiers.

Ce travail sur le monde du travail a été partagé avec l'association Les Papillons Blancs qui a sélectionné les recettes, les a écrites et a pu photographier. Ce livre a également permis au chef Félix Robert originaire de Steenvoorde, de revisiter certaines recettes.

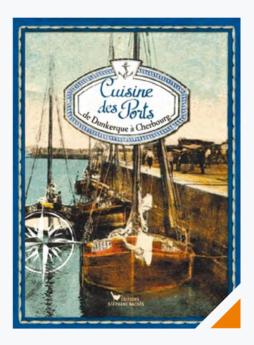
L'ouvrage est disponible à la vente au LAAC et dans différents points de vente du Dunkerquois.

Toute la cuisine locale à la B!B

Wamme, kakestecks, pot'je vleesch, beultekaas ou encore couquebettrom et strint'je sont les plats dont les noms font saliver les Dunkerquois.

Le « savoir-vivre » des gens du Nord est souvent synonyme de partage et de « savoir-manger ». Les recettes locales sont en effet autant de prétexte pour se retrouver et allier plaisir des papilles et partie de rigolade!

C'est pour cela que la richesse du patrimoine culinaire dunkerquois se transmet oralement depuis bien longtemps. Mais il peut aussi se retrouver dans les ouvrages que I'on peut emprunter ou consulter pour à la B!B. Une bonne manière de faire vivre les traditions ou de découvrir de nouvelles saveurs!



Notre sélection pour vos papilles

Une Journée à Dunkerque de Jacques Tillie aux éditions Kim, Carnet de recettes de Flandre et d'Artois, recueillies par Jacky Messiant aux éditions Ouest France, ou encore

La Cuisine des ports de Dunkerque à Cherbourg : carnet n°1 de Sonia Ezgulian aux éditions Bachès.

Rendez-vous à la BIB : 1 rue Benjamin Morel - 59140 Dunkerque ou sur le réseau des Balises, et à vos fourneaux !



jeudi 9 janvier à 14h30

Notre Dame

De Valérie Donzelli avec Valérie Donzelli, Pierre Deladonchamps, Thomas Scimeca

Maud Crayon, est née dans les Vosges mais vit à Paris. Elle est architecte, mère de deux enfants, et remporte sur un énorme malentendu le grand concours lancé par la mairie de Paris pour réaménager le parvis de Notre-Dame...



Entre cette nouvelle responsabilité, un amour de jeunesse qui resurgit subitement et le père de ses enfants qu'elle n'arrive pas à quitter complètement, Maud Crayon va vivre une tempête.



jeudi 6 février à 14h30

• La Fille au bracelet

De Stéphane Demoustier avec Anaïs Demoustier, Roschdy Zem, Chiara Mastroianni

Lise, 18 ans, vit dans un quartier résidentiel sans histoire et vient d'avoir son bac. Mais depuis deux ans, Lise porte un bracelet car elle est accusée d'avoir assassiné sa meilleure amie.

jeudi 5 mars à 14h30

Mes jours de gloire

D'Antoine de Bary avec Vincent Lacoste, Christophe Lambert, Emmanuelle Devos

Adrien est un Peter Pan des temps modernes. Il a beau approcher la trentaine, il vit encore comme un enfant. Petit, il a connu le succès en tant qu'acteur mais c'était il y a plus de dix ans et aujourd'hui Adrien n'a plus un



sou. Il retourne ainsi vivre chez ses parents et tente de redonner un coup de fouet à sa vie. Entre la possibilité d'une histoire d'amour et celle d'un retour qu'il s'imagine triomphant en tant qu'acteur, le chemin d'Adrien sera semé d'embûches.



jeudi 9 avril à 14h30

Police

D'Anne Fontaine avec Omar Sy, Virginie Efira

Virginie, Erik et Aristide, trois flics parisiens, se voient obligés d'accepter une mission inhabituelle : reconduire un étranger à la frontière. Sur le chemin de l'aéroport, Virginie comprend que leur prisonnier risque la mort s'il rentre dans son pays. Face

à cet insoutenable cas de conscience, elle cherche à convaincre ses collèques de le laisser s'échapper.

Les 3 M de Jean-François

La vie Jean-François FUCHET s'est faite de rencontres au fil de l'eau. Il a, dès son plus jeune âge, fait le tour du monde avec la Marine Nationale en compagnie d'Eric Tabarly alors Capitaine de vaisseau. Une expérience qui l'a beaucoup marqué.

Amoureux de la mer et de la navigation, il s'est naturellement investi dans les bases de voile dès son arrivée à Dunkerque en 1981



J'ai apprécié Dunkerque par la mer

Mer, Mets et Musique

Après sa carrière de marin, il devient professeur technique au Lycée Benjamin Morel dans l'industrie. Il y poursuit sa passion pour la mer et pour Jean Bart auquel il voue un attachement à la fois de Dunkerquois et de marin. En 1986, il intègre le lycée hôtelier de l'île Jeanty pour faire « vivre » la cuisine et tisser des liens entre restauration, production horticole et histoire.

Aujourd'hui, à 69 ans, Jean-François continue son périple en s'investissant inlassablement dans la musique : il joue du violon à l'orchestre symphonique et dans des orchestres régionaux et continue de suivre les élèves en qualité de professeur-ressources pour les futurs diplômés en hôtellerie auprès du Rectorat.



L'aventure de ce marin gastronome et musicien se poursuit, sans cesse à l'abordage de la vie !

Colette NERI, la danse et la convivialité avant tout

C'est une adepte des thés dansants et de toutes les manifestations qui stimulent et qui donnent l'envie de vivre pour être bien dans sa peau.

Cet après-midi de novembre où nous l'avons rencontrée, Colette avait revêtu ses plus beaux habits car pour elle, c'est une question de respect ; respect de soi et des autres. Au son de l'accordéon, elle a souhaité témoigner de son dynamisme, de son envie de bouger, devoir et de parler aux autres.



J'adore la musique dansante qui fait tant de bien au corps et à l'esprit

En effet, pour elle, l'activité permet de vivre beaucoup mieux. Elle ne s'arrête pas de danser. Avis aux amateurs

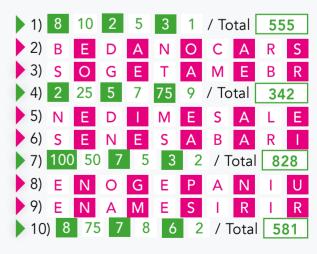
Contact : 🕲 03 28 69 45 81 - Maison de quartier du Méridien Malo-les-Bains

Jeu: les chiffres et les lettres

Le club Dunkerquois des chiffres et des lettres vous propose quelques tirages récréatifs.

Pour les mots, le but est de trouver le plus long mot possible en utilisant les lettres proposées en un temps limité.

Pour les chiffres, l'épreuve est d'obtenir le nombre indiqué à partir d'opérations élémentaires: addition, soustraction, multiplication et division.



Solution du jeu : 1) 8+3=11 11x10=110 110+1=111 111x5=555

• 2) Carbonades - caronades - escadron - carbones - bardanes - •
3) Bergamotes - mégastore - ombragées - embargos - retombés - •
4) 75-7=68 68x5=340 340+2=342 • 5) Madeleines - délainées-désaliéné - limandes - médianes - • 6) Béarnaises - rabaissée - braisées - bassiner - bressane- ... • 7) 5+3=8 100-8=92 7+2=9 92x9=828 • 8) Pigeonneau - épanouie - paginée - poignée - ingénue - ... • 9) Marinières - semainier - séminaire - minerais - merisier - ... • 10) 8x75=600 2x6=12 12+7=19 600-19=581





